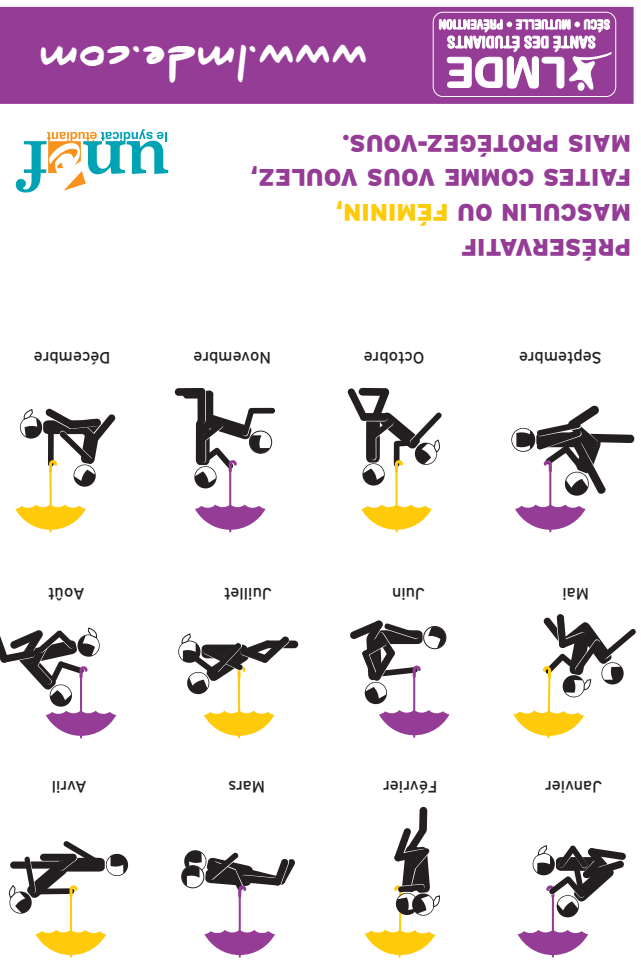
« En 1975, la loi Veil consacrait le droit des femmes à disposer de leur corps en légalisant l'IVG.

30 ans plus tard, il a fallu concilier la prévention contre le SIDA avec les conquêtes de la libération sexuelle. Mais trop souvent les femmes demeurent dépendantes des hommes pour se protéger contre les infections sexuellement transmissibles ou les grossesses non désirées. Pourtant le préservatif féminin existe, la LMDE le rembourse tout comme elle rembourse le préservatif masculin. Pour que les femmes soient libres de choisir et de vivre leur sexualité de façon autonome, pour qu'elles aient la maîtrise de leur propre prévention, il faut faire connaître le préservatif féminin et faire baisser son prix de vente.

Avec la LMDE, mobilisez vous contre le SIDA. Essayez le préservatif féminin, parlez-en, offrez-en ! ».

Gabriel Szeftel
Président de la LMDE



PRÉSERVATIF
MASCULIN OU FÉMININ,
FAITES COMME VOUS VOULEZ,
MAIS PROTÉGEZ-VOUS.

unef le syndicat étudiant

LMDE
SANTÉ DES ÉTUDIANTS
SÉCU • MUTUELLE • PRÉVENTION

www.lmde.com

PASSER DE LA THÉORIE À LA PRATIQUE AVEC LA LMDE

Le préservatif féminin : l'autre façon de se protéger !

Le préservatif féminin est efficace à la fois contre le virus du SIDA, contre les IST et les grossesses non désirées. Il est une alternative au préservatif masculin. Le préservatif féminin se place à l'intérieur du vagin et s'adapte à ses parois. Il se met comme un tampon.

Il peut être utilisé par choix personnel ou quand le partenaire ne peut pas ou ne veut pas utiliser de capote. Il peut être mis en place quelques heures avant le rapport sexuel. Il peut rester en place après l'éjaculation et permet de poursuivre l'intimité sexuelle.

En polyuréthane, **il est deux fois plus résistant que le préservatif masculin** en latex et ne provoque pas d'allergie. On peut s'exercer à poser le préservatif féminin en se reportant aux conseils d'utilisation indiqués sur la boîte.

Le préservatif féminin ne sert qu'une seule fois.

Mode d'emploi

1. Se mettre dans une position confortable : couchée, assise, ou debout un pied posé sur une chaise. Sortez le préservatif féminin de sa pochette avec précaution. Vérifier que l'anneau interne se trouve au fond du préservatif.
2. Presser cet anneau entre le pouce et l'index pour former un " 8 ".
3. Introduire cet anneau tordu en "8" dans le vagin, en poussant le bord de l'anneau. Aucune crainte à avoir, une fois entré dans le vagin, l'anneau reprend sa forme initiale et en le faisant glisser un peu plus, il se place de lui-même autour du col de l'utérus. Il n'ira pas plus loin et aucune sensation n'est perceptible puisque l'anneau interne se colle aisément aux parois : une seconde peau en quelque sorte !
4. A présent, l'anneau externe doit se trouver à l'extérieur du vagin. S'assurer que le partenaire pénètre correctement à l'intérieur du préservatif.
5. Enlever le préservatif après l'éjaculation, ou quelque temps après, - le préservatif collant aux parois vaginales et non au pénis en érection - en tournant l'anneau de sorte de le fermer et empêcher que le sperme ne s'épanche. Puis tirer doucement pour le retirer complètement. Jetez-le à la poubelle (et pas dans les toilettes).

Le préservatif masculin : logiquement, vous le connaissez aussi !

Le préservatif masculin est efficace à la fois contre le virus du SIDA, contre les IST et les grossesses non désirées. Il en existe de toutes les tailles, de tous les goûts et de toutes les couleurs.

La pose du préservatif peut être associé au rituel amoureux et aux jeux érotiques. De plus on peut s'entraîner à utiliser un préservatif afin de se sentir à l'aise le moment venu. L'usage d'un lubrifiant rend plus aisée la pénétration et évite le risque de rupture de la capote.

Un préservatif ne sert qu'une seule fois.
En cas de doute sur le maniement du préservatif, on peut se reporter aux consignes d'utilisation obligatoirement rappelées sur la boîte d'emballage.
Un préservatif comporte une date d'utilisation à ne pas dépasser.

Il est conseillé d'éviter les contrefaçons et de vérifier que le préservatif porte bien la marque NF ou CE.

Mode d'emploi

1. Ouvrir l'emballage à la main (ne pas utiliser d'objets tranchants : ciseaux, couteau...). Attention à ne pas abîmer le préservatif avec les ongles.
2. Appliquer le préservatif sur le gland découvert en pinçant le réservoir au bout du préservatif pour en chasser l'air.
3. Dérouler le préservatif jusqu'à la base du sexe en érection.
4. Après éjaculation et avant la fin de l'érection, se retirer en maintenant le préservatif à sa base.
5. Jeter le préservatif usagé à la poubelle après l'avoir noué. Ne jamais réutiliser le préservatif.

Si vous avez besoin d'informations supplémentaires, n'hésitez pas à vous adresser aux agences LMDE de votre région ou à vous rendre sur www.lmde.com

LMDE
SANTÉ DES ÉTUDIANTS
SÉCU • MUTUELLE • PRÉVENTION

et encore plus d'infos sur :
www.sida-info-service.org
www.planning-familial.org
www.lecrips.net
www.filsantejeune.com
www.generationcapote.com
SIDA-INFO-SERVICE :
0800 840 800

Pour finir, un film référence...
Philadelphia
Jonathan Demme, 1993

La Mutuelle Des Étudiants - LMDE : mutuelle n° 431 791 672, soumise aux dispositions du livre II du code de la Mutualité. 12543 - 07/2012

CHIFFRES CLÉS

32 % DES NOUVELLES CONTAMINATIONS CONCERNENT DES FEMMES

En France, en 2010 [1]

- Parmi les personnes ayant découvert leur séropositivité,

57 % ont été contaminées par rapports hétérosexuels

40 % par rapports homosexuels et 1 % par usage de drogues injectables.

Dans le monde en 2010, selon l'OMS

1,8 million de décès durant l'année

34 millions de personnes vivent avec le VIH

2,7 millions de nouvelles infections VIH en 2010

L'Enquête Nationale sur la Santé des Etudiants [2] **menée en 2011 par La Mutuelle Des Etudiants révèle que :**

78 % des étudiants ayant déjà eu des rapports sexuels **indiquent utiliser systématiquement un préservatif** lors de relations avec un nouveau partenaire. **14 %** des étudiants déclarent **ne pas utiliser systématiquement un préservatif** avec un nouveau partenaire.

Seuls 44 % des étudiants ayant déjà eu des relations sexuelles **ont effectué un test de dépistage du VIH/Sida** au cours de leur vie.

[1] INVS 2010
[2] ENSE 2011

QUIZZ

1 VOUS SENTEZ VOUS CONCERNÉ PAR LE SIDA ET LES IST ?

a. Évidemment, **c'est quoi cette question.**
b. **Le SIDA** oui, mais pas les IST.
c. **Non**, ça fait plusieurs années que j'ai le ou la même partenaire.

2 UTILISEZ VOUS SYSTÉMATIQUEMENT UN PRÉSERVATIF LORS DE RAPPORTS OCCASIONNELS ?

a. Si ma ou mon partenaire refuse, je préfère **dormir.**
b. **Oui**, mais pas systématiquement.
c. Ça **dépend** avec qui.

3 CONNAISSEZ-VOUS LE PRÉSERVATIF FÉMININ ?

a. Oui, **c'est pratique**, on peut le mettre à l'avance
b. Oui, c'est comme la **pilule.**
c. J'en n'ai **jamais** entendu parler.

4 SI VOTRE PARTENAIRE REFUSE DE SE PROTÉGER, SAVEZ-VOUS DIRE NON ?

a. J'ai souvent le **dernier** mot.
b. **Heureusement**, il ou elle n'a jamais refusé.
c. Non, il ou elle est très **convaincant(e).**

5 QUELLE SERAIT LA MEILLEURE RAISON POUR UTILISER DES PRÉSERVATIFS ?

a. Il suffit d'une fois pour être contaminé(e).
b. Cela **peut plaire** à mon ou ma partenaire .
c. il faudrait qu'il en existe un **à ma taille.**

VOUS AVEZ 4 a et +

Si tout le monde faisait attention comme vous, ce test n'aurait probablement pas existé.

Vous avez l'air bien informé mais vous ne savez peut-être pas tout !
Le virus n'est pas uniquement présent dans le sperme et le sang, il peut aussi se transmettre par le liquide séminal (qui s'écoule au début de l'érection), les sécrétions vaginales et le lait maternel. Il y a donc trois modes de transmission du VIH : les rapports sexuels non protégés (avec pénétration vaginale, anale ou buccale), les échanges sanguins (blessure, piqûre d'une seringue ou d'une aiguille infectée) et la transmission mère-enfant.

VOUS AVEZ 3 b et +

Vous protéger souvent ne suffit pas !

Ce n'est pas parce que vous utilisez un préservatif une fois de temps en temps que vous êtes protégé. La protection doit être systématique pour être efficace. Et c'est en incitant chacun d'entre nous à se sentir concerné que nous pourrons vaincre la maladie. Aujourd'hui encore, le SIDA est une maladie dont on ne guérit pas. Les progrès de la recherche médicale ont permis l'apparition en 1996 des tri thérapies. Ces médicaments permettent de vivre plus longtemps avec la maladie mais ne la guérissent pas.

C'est pourquoi le préservatif est aujourd'hui le seul moyen fiable de protection contre la transmission sexuelle du VIH/SIDA.

VOUS AVEZ 2 c et +

Si vous avez répondu sérieusement aux questions, vous pouvez relire cette brochure une deuxième fois.

Vous apprendrez qu'il y a plus de 3 millions de personnes qui meurent chaque année du SIDA : le virus se propage toujours et est loin d'être éradiqué.
Si un jour vous avez un doute, le seul moyen d'être rassuré est de vous faire dépister. Il existe partout en France des Centres de Dépistage Anonyme et Gratuit (CDAG) qui pratiquent le dépistage du VIH/SIDA.

La maladie peut mettre beaucoup de temps à se déclarer mais certains symptômes accompagnent souvent la présence d'une IST : brûlures, écoulements jaunes, démangeaisons, fièvre, douleurs au bas ventre, petits boutons sur les parties génitales,...

Si vous croyez reconnaître un de ces symptômes n'hésitez pas à demander conseil à votre médecin ou à contacter SIDA-INFO-SERVICE

DÉFINITIONS PRÉCISIONS

Qu'est-ce qu'une IST ?

Les Infections Sexuellement Transmissibles (IST) sont des maladies provoquées par des microbes (virus, bactéries, parasites) qui passent d'une personne à l'autre au cours des relations sexuelles.

VIH ou SIDA ?[1]

VIH désigne le **Virus de l'Immunodéficience Humaine**. Ce virus, lorsqu'il pénètre dans le corps, va infecter et détruire certaines cellules qui coordonnent l'immunité (défenses de l'organisme contre les microbes).
Lorsque ces cellules sont en nombre insuffisant, l'immunité n'est plus efficace. Des maladies graves dues à des microbes peuvent alors se développer. On appelle ces maladies « maladies opportunistes », parce qu'elles profitent de la disparition de l'immunité pour se développer. Lorsqu'une personne a une ou plusieurs maladies de ce type, on dit alors qu'elle a le **SIDA (Syndrome d'Immuno Déficience Acquise).**

Mais alors, quelle est la différence entre l'infection par le VIH et le SIDA ?

Quand une personne est contaminée par le VIH, son organisme n'est pas capable de l'éliminer. Elle est alors infectée par le VIH. Mais elle ne va pas se sentir malade tout de suite. Le VIH met en général plusieurs années avant de détruire les **défenses immunitaires**. On ne parle de SIDA que lorsqu'une personne souffre d'une **maladie opportuniste**. Donc, un malade du sida a forcément une infection par le VIH, alors que toutes les personnes infectées par le VIH n'ont pas développé le sida. Les traitements actuels ont pour but de soigner le sida chez ceux qui l'on déjà, mais aussi d'empêcher que l'infection par le VIH évolue vers le sida.

Qu'est-ce qu'être séropositif ?

On sait qu'on est séropositif lorsque le résultat du test de dépistage est positif. Ce test permet de rechercher des anticorps que l'organisme fabrique pour essayer de se protéger du VIH. Ils ne sont fabriqués qu'en présence du VIH. Donc, être séropositif veut dire qu'on est infecté par le VIH. Cela ne signifie pas forcément qu'on a déjà développé le sida.

Peut-on guérir du Sida ?

Il n'existe actuellement aucun moyen de guérir la maladie.
Les différents traitements existants permettent aux personnes contaminées de vivre plus longtemps et en meilleure santé.
Il existe toutefois des traitements médicaux capables de bloquer l'action du VIH et de freiner la détérioration du système immunitaire, mais il n'est pour l'instant pas possible d'éliminer définitivement le virus de l'organisme humain. Il existe également d'autres médicaments permettant de prévenir ou de traiter certaines infections opportunistes dont sont victimes les personnes séropositives ou atteintes du sida.
En revanche, il existe un moyen pour ne pas être contaminé : utilisez un préservatif masculin ou féminin lors de vos rapports sexuels.

[1] **www.sida-info-service.org**